

SPORTSREISEN



Spaß mit und ohne Schnee

Es gibt Gegenden, in denen sich der Mensch noch auf das Wetter verlassen kann. In der Sahara scheint die Sonne, und es ist warm. In Grönland liegt viel Schnee, und es ist kalt. Daran ändert sich nicht viel, weswegen die Menschen dort auch wenig über das Wetter reden. In Mitteleuropa ist das anders. Bei uns drängt sich der Eindruck auf, dass die Leute fast nur über das Wetter reden, weil sie nie wissen, wie es sich entwickelt und mit welchen Kapriolen es den Menschen Arbeit macht oder von selbiger abhört.

In den Alpenregionen wird zurzeit viel darüber nachgedacht und geredet, was man denn mit dem Winter machen könnte, wenn er wieder ganze Landstriche in schneearmem Grau hinterlässt und Gäste und Touristiker in tiefe Depressionen treibt. Das scheint derzeit neben dem Umstand, dass die Zahl kaufkräftiger russischer Gäste aus naheliegenden währungstechnischen und politischen Gründen rückläufig sein wird, die größte Angst zu sein, die Hoteliers und Seilbahnmanager umtreibt.

In Österreich wurde eine Marktanalyse veröffentlicht, nach der es an alternativen Freizeitangeboten mangelte und dort speziell an Dingen, die nicht so sehr von Schneemengen abhängig seien und die auch den freiwilligen wie auch unfreiwilligen Nichtskifahrer betören könnten. Eine gute Idee an sich. Nur diese Alternativen wirken nicht gerade animierend und innovativ. Schneeschuhwandern, Pferdeschlittenfahrten, Wellnessbehandlungen und die mittlerweile grassierenden alpinen Gourmetevents sind allenfalls eine Ergänzung, aber keine Alternative zum klassischen Skifahren. Skitourern boomt zwar nachhaltig, bringen aber den Bergbahnen kaum Geld in die Kasse und erleben deshalb eine sehr stiefmütterliche Wahrnehmung.

Kreativität ist im Wintersport ganz offensichtlich eine kaum wahrnehmbare Randerscheinung. Erstaunlich eigentlich, denn im Sommer kann sich der Gast zusätzlich zu klassischen Offerten mit unzähligen Phantasiesportarten und Retro-Aktivitäten vom Bike-Polo über Stand-up-Paddling bis zum Slacklining und Trailrunning vergnügen. Es gab zwar immer wieder Versuche, die Gäste mit Snow-Bikes oder den guten alten Zipfl-Bobs zu unterhalten, aber eine wirklich massentaugliche Veranstaltung wurde das nie. Und dass sich beim Snowkiten oder bei Mountainbike-Downhillrennen auf Schnee nur eine Minderheit wirklich unterhält, ist auch leicht nachvollziehbar.

Dabei gibt es vereinzelte Beispiele, wie man Gäste mit guten Ideen und geringem Aufwand begeistern kann. Bei den Sonnenaufgangs-Skifahrten warten geradezu utopische Erlebnisse: keine Schlangen am Lift und leere Pisten. Bei den Langlaufreisen durch die Dolomiten ziehen sie in der Loipe von Hotel zu Hotel, Gepäckservice inklusive. Dafür braucht es aber den Schnee, der so launisch und unzuverlässig ist. Da sind die Kitzbüheler auf die perfekte Idee gestoßen. Bei der „Streif Vertical Up“ lassen sie die Leute die berühmte Piste bergauf laufen, egal ob zu Fuß, mit Steigeisen, Schneeschuhen, Tourenski oder Langlaufski. Gute 860 Höhenmeter auf 3,3 Kilometern Länge mit maximal 36 Prozent Steigung. Es gibt eine Speed-Klasse und eine Rucksack-Klasse und unterwegs die eine oder andere Skihütte. Ob nun viel Schnee, wenig oder gar keiner liegt, ist nebensächlich. GEORG WEINDL

Skistars als Hoteliers

tdt. INNSBRUCK. In Österreich gehen zwei ehemalige Skistars unter die Hoteliers: Hermann „Herminator“ Mayer und Rainer Schönfelder eröffnen ihr erstes Haus in St. Johann in Tirol. Geplant sind insgesamt acht bis zehn Hotels. Die Ski-Cracks wollen Familien „leistbares Skifahren mit leistbaren Preisen“ bieten, Familienzimmer sollen weniger als 120 Euro kosten. Als nächste Standorte sind Schruns in Vorarlberg und Pichl bei Schlading im Gespräch.

Neue Fluglinie

tdt. SARAGOSSA. Von Mai an verbindet die Fluggesellschaft Air Horizont (www.airhorizont.com) Saragossa mit München. Außerdem nimmt das neu gegründete Unternehmen Kurs auf Rom, Sevilla und Alicante. Die Deutschland-Flüge finden immer montags und freitags statt und sind ab 59 Euro buchbar.



Wir fühlen uns ungelenkt: Die ersten Versuche in Sachen Telemarken lassen noch nichts von der späteren Eleganz erahnen. Aber es wird!

Foto Kirsten Panzer-Gunkel

Pistenglück im Ausfallschritt

Telemarken erlebt seit einigen Jahren eine Renaissance. Es ist nicht ganz leicht – aber im schweizerischen Engelberg, Heimat des modernen Telemark, kann man es lernen. Von Kirsten Panzer-Gunkel

Mit abwechselnd gebeugten Knien fährt Dani Perret den Hang hinab. Die Blicke des modernen Skivolks auf sich ziehend, knickt er nach jeder Kurve, ganz so, als ob er sich beim Berg bedanken wolle. Der Mitinhaber der Prime-Ski-Schule im schweizerischen Engelberg muss es wissen, hat er sich doch während seiner Ausbildung fürs Telemarken als zweite Sportart entschieden und nicht für den Langlauf oder das Snowboarden. Anmutig sieht das aus und dabei schnell und sportlich, aber auch auf besondere Art antiquiert. Es erinnert an alte Schwarzweißaufnahmen in Großmutter Fotoalbum und scheint dabei nach bodenlangen Röcken und wollenen Knickerbockern zu verlangen, nach dicken, selbstgestrickten Pullovern, Holzskiern und langen Stöcken mit Lederriemen. So passt diese ehrwürdige Art des Skifahrens aus längst vergangenen Tagen auf ganz besondere Weise eben doch in unsere heutige Zeit, in der Vintage und wolliger Alpenflair bis in den Norden hin angesagt sind.

Ursprünglich kommt der Telemarkstil aus der gleichnamigen Provinz im Süden Norwegens. Sondre Auerson Norheim hat ihn dort Ende der achtziger Jahre des 19. Jahrhunderts entwickelt und zur Perfektion gebracht – mit dem Bein des Bergskis in die Knie gehen und den Ski dabei nach hinten drücken bis die Oberschenkel brennen. Langfristig setzte sich der Parallelschritt gegen das Telemarken durch, da war Norheim allerdings schon lange nach Amerika ausgewandert. Seine Art des Skifahrens hatte er mitgenommen.

„Bei uns fuhr man auch nicht unbedingt Telemark, obwohl – als ich für die Armee schwere Lasten durchs Gelände transportieren musste, da bin ich auch so gefahren“, erinnert sich das Engelberger Urgestein Gini Hess an seine Jugend. Der Weg nach Süden war fürs knicksende Skifahren beschwerlich, „obwohl es die Norweger waren, die 1902 oder 1903 den Leuten hier in Engelberg das Skifahren beigebracht haben“. In Skandinavien hat es sich gehalten, wobei dort meist neben der Piste im Hofknicks Ski gefahren wird. Vor knapp zwanzig Jahren musste so auch die Schwedin Janicke Svoberg zuerst das Telemarkfahren lernen, auf schmalen Ski allerdings. „Am Anfang durfte ich auch nur niedrige Lederschuhe tragen. Erhebe bekam ich erst, als ich es konnte“, erinnert sie sich an ihre Jugend, die sie in Norwegen verbrachte. Heute ist sie in den Schweizer Alpen heimisch geworden und tobt sich lieber abseits der Piste auf breiteren Ski aus. Engelberg gilt nicht nur als Wiege des modernen Telemarkens, sondern auch als Freeride-Eldorado.

Und Lederschuhe werden dort schon lange nicht mehr beim Telemarkfahren getragen. Heute gibt es stabile Kunststoffski-Schuhe mit Schnallen. Dabei unterscheiden sie sich von herkömmlichen Skischuhen, denn kurz vorm Zehenansatz ist eine weiche, elastische Falte eingearbeitet. So macht auch der Weg zur Gondel Spaß. Ansonsten trägt man, was man hat. Wollschachen werden nur noch von Nostalgikern favorisiert und sind auf der Piste nicht mehr zu finden. Telemarkfahren ist modern geworden. Dazu noch längere Ski und die entsprechende Bindung, die für die Freiheit der Ferse sorgt. Das mutet sonderbar an und fällt zwischen all den Riesenski auf, die man am Fuße des Titlis in der Zentralschweiz favorisiert. Im schwedisch geprägten Engelberg sind nicht nur Telemarkfahrer, sondern auch die jungen Wilden mit den Breitski zu Hause.

Auch diese Vielfalt macht den ganz besonderen Flair des Ortes und des Skigebietes aus, genauso wie die Internationalität – viele Schweden haben sich hier niedergelassen. Einst versammelten sich in Engelberg vor allem skandinavische Skifans, die während des Sommers zu Hause genug Geld verdient hatten, um sich den ganzen Winter über auf den Pisten und im Gelände auszutoben. Sie waren es, die damals das Dorf mit seinem alten Benediktinerkloster wiederbelebt hatten. Die wilden Zeiten sind Vergangenheit, und aus den weißbeschnittenen, durch den Schnee tobenden Dauerfreeridern sind längst angesehene Dorfbewohner geworden, denen eine einfühlbare, perfekte Schweden-Schweiz-Kombi gelungen ist – auch in der Küche.

Dafür, dass ein solch erster Tag trotz all der ungewohnten Bewegungsabläufe

Auf 2207 geht es hinauf. Das Panorama, getoppt vom 3239 Meter hohen Titlis-Gletscher, ist gigantisch. „Wir haben richtige Berge, die Österreicher haben nur Hügel“, sagen die Schweizer. Ich vermisste meine ganz normalen Ski. Einmal Gas geben, einmal die Kurven eng aneinanderreihen. Wenn es nicht mehr ginge und ich mich zu unsicher fühlte, könne ich mit den Telemarkski zur Not auch alpin abfahren, hatte mir Dani beim Anschlachten erklärt. Das wird bestimmt auch nötig sein. Doch erst einmal stehen Traversen auf dem Übungsplan, Querfahren zum Hang. Hört sich simpel an und sollte eigentlich keine größere Herausforderung darstellen. Doch weit gefehlt. Mit den halterlosen Ski ist alles neu, ungewohnt und extrem wackelig. Rutschgefahr! Ferse hoch, Bergski nach hinten, Bein knicken. Und los. Aber wie wird

der übliche alpine Stil. Recht hat er, die Oberschenkel brennen. Kurze Pausen helfen. Und wieder weiter in die Knie. Tiefer – immer tiefer!

Ende der achtziger, Anfang der neunziger Jahre kam der Telemarkstil aus den Vereinigten Staaten, wohin Norheim sein Wissen mitgenommen hatte, wieder zurück nach Europa. In Engelberg wurde damals der erste Schweizer Telemark-Club gegründet. Daniel Friedli, Mitbegründer des Clubs, gilt noch heute als Pionier des Telemark im Klosterdorf, 1988 hat er damit angefangen. Sein Sportgeschäft war das Mekka der knicksenden Skifahrer, man traf sich auf Kaffee oder Bier und zum Fachsimpeln im Hinterzimmer. Noch immer verkauft er die Ausrüstung. Kristallene Lüster beleuchten das Angebot von zeitungsbeklebter Decke. Inzwischen gewinnen die Breitski die Oberhand.

eindruckender muss es aber im frisch verschneiten Gelände sein, wenn man mit gebeugtem Knie durch den Tiefschnee kurvt, dem Boden durch die tiefe Haltung ganz nah. Auch das kann heute Skifahren sein. Also üben. Im Kniefall geradeaus fahren. Wird es zu schnell, mit Parallelschritt anhalten. Die Pistenmarkierung zeigt den Kniewechsel an. Knicks rechts, Knicks links, Knicks rechts, Knicks links. Es brennt und sieht wahrscheinlich extrem albern aus. Von Eleganz der längst vergangenen Zeit ist beim Einstieg in die Kunst des Telemarkens nicht viel zu sehen. Die versteckt sich in den alten Belle-Époque-Hotels mit ihren ausladenden Fassaden unten im Ort. Dort müssen sie abgestiegen sein, die gutbetuchten Wintergäste, die sich dann in wollenem Tweed die Berge hinauf und wieder hinunter gewagt haben. Schon 1912 wurde ihm zur Gerschialp die erste Drahtseilbahn eröffnet, zu bezwingender Höhenunterschied: 212 Meter.

Das Alpinfahren zwischendurch, wenn es knieend zu breizig wird, bringt mich zu Fall. Die Fersenhaltung fehlt. Das Vertrauen in den wackligen Halt ist noch nicht allzu gestärkt. Doch nach jedem Aufrappeln und Neusortieren wird es besser. Die Kombination aus alter und neuer Methodik gelingt. Die ersten Kurven sollen nun folgen. Erst einmal betont genau und übertrieben. Traverse, Bergski weit nach hinten, dort das Gewicht auf den Zehen, das Knie ganz tief gebeugt, der Talski wird eher fersig beschwert. Dann etwas in die Hocke, den Bergski zu Beginn des Lernprozesses erst einmal angehoben nach vorn bringen, den Körper drehen, den neuen Bergski nach hinten drücken und dabei den altherwürdigen Knicks vervollkommen.

Klingt kompliziert und ist es erst einmal auch. Die klassische Skiführung, der Parallelschritt hat sich über Jahre im Hirn manifestiert und will keinem neuen Bewegungsablauf am Berg auch nur eine Gehirnwinding weitzunehmen. Also üben, immer wieder üben. Film- und Fotoverbot, bitte keine Videoanalyse von diesen ungelenen und unkoordinierten Versuchen. Die Tipps helfen: Vor dem Schwung ausatmen, ich rede mit mir selbst, gebe mir meine eigenen Kommandos. Die Anweisungen des Skilehrers werden zum eigenen Mantra. Alle anderen Gedanken lösen sich ins Nichts auf. Der Einstieg in den Telemark ist wie eine kraftzehrende Meditation. Ich fokussiere mich aufs Wesentliche, und das sind Beine und Balance.

Dann geht es noch einmal mit der alten Kabinenbahn „Äplerseil“ hinauf zum Jochpass. Nach drei Tagen Telemark kommt nun die letzte Abfahrt, die rote, nicht die blaue. Mit großen Schwüngen geht es den Hang hinunter, ich will noch einmal alles geben. Das Kanonenrohr kommt immer näher, verschneiter Wald beengt die Piste. Hier müssen die Kurven sitzen. Auf den Notfallplan, das alpine Rutschen, will ich nicht zurückgreifen müssen. Tief in die Knie, hochkommen, drehen, den Oberkörper mitnehmen und den Bergski wieder nach hinten drücken. Die Atmung den Schwüngen anpassen, unauffällig mein Mantra auftragen. Das Kanonenrohr ist geschafft, die Landschaft wird waldiger, es geht ins Tal. Und das im Knicks. Daniel Friedlis Kurzbeschreibung des Telemarkens kommt mir in den Sinn. Es sei die schönste Art, Bögen zu fahren, und die anstrengendste. Etwas hat er allerdings vergessen zu erwähnen: Es macht dabei auch süchtig.

Telemarken

■ **Anreise:** Swiss fliegt vier- bis zehnmals täglich von allen großen deutschen Flughäfen nach Zürich. Von dort aus geht es bequem im Stundentakt über Luzern direkt nach Engelberg.

■ **Telemarkkurse** hat die Prime-Ski-Schule im Angebot (www.prime-engelberg.ch). Ein halbtägiger Schnupperkurs in der Gruppe kostet 79 Franken. Außerdem kann Einzelunterricht mit unterschiedlicher Dauer gebucht werden, von eineinhalb Stunden bis zu sieben Tagen. Private Telemarkstunden werden auch von der Schweizer Skischule in Engelberg angeboten (www.skischule-engelberg.ch).

■ **Weitere Informationen** erteilt die Engelberg-Titlis Tourismus, im Internet unter www.engelberg.ch oder Schweiz Tourismus unter www.myswitzerland.com, auch zu erreichen unter Telefon 00800/10020030 (kostenlos).



Perfekte Bollywoodkulisse: Bei Indern ist Titlis besonders beliebt.

Foto obs/Titlis Bergbahnen

und den brennenden Beinen auch mit einem Glücksgefühl enden kann, sorgt Dani mit vielen Aufmunterungen und noch mehr Geduld. Elegant sieht da am Anfang gar nichts aus, wenn man flache Hänge hinunterrutscht, die aufgrund der Beschleunigung schon viel zu steil erscheinen. Beim Aufwärmen, das stark an die ungeliebten Beinübungen beim Fitnesstraining erinnert, gab es schon den ersten Sturz. Aufrappeln, weitermachen – und noch einmal verzweifelt um Hilfe bitten: Das gewohnte Klack-Klack, das Reinsteigen und Runtertreten, das die Hinterbacken schließt, funktioniert hier nicht. Vorn ist der Fuß schon fest, und hinten soll der Kabelzug noch an der Hacke eingeklickt werden. Nur wie, fragt man sich, die Arme sind zu kurz, der Körper zu steif, und sehen kann man hinten auch nichts. Der Skilehrer muss Abhilfe schaffen, wie peinlich! Wenn es nicht einmal gelingt, den Ski ohne fremde Hilfe anzuziehen, sollte man vielleicht noch einmal neu darüber nachdenken, was man hier zu tun gedenkt. Dann die Fangriemen einhaken, Skibremsen gibt es beim Telemarkski nicht, und schon der erste Schritt, das erste Gleiten ist instabil und vollkommen ungewohnt. Die Fersenhaltung fehlt. Doch gilt es ein paar Meter zu rutschen, um den Lift vom Trübsee aus zum Jochpass hinauf zu erreichen.

was belastet? Ich fühle nichts, die Beine scheinen schwer zu sein, die Knie vollkommen unbeweglich. Hat sich das Training zu Hause gar nicht gelohnt?

Zur Kurve soll ich die Ski wieder parallel nehmen und wie gewohnt die Richtung wechseln. Doch was fehlt, ist das Vertrauen. Und Sondre Norheim hat so die Konkurrenz aus Christiana geschlagen und für großes Aufsehen gesorgt? Das Skifahren damals im Norden quasi revolutioniert? Kaum vorstellbar, wenn man nun 130 Jahre später zum ersten Mal seine Fersen aus der ewigen Umklammerung befreit. Parallelschritt und wieder ein Knicks, ein langer, die gesamte Pistenbreite soll ausgefahren werden.

Verwunderte Blicke von den Überholern. „Wir fahren heute erst mal nur rund drei Stunden, dann machen wir eine Pause und danach noch mal eine längere Abfahrt. Das reicht für den ersten Tag“, erklärt der Skilehrer und angehende Bergführer pädagogisch wertvoll den Unterrichtsaufbau. „Wenn man es am Anfang übertreibt, steigt die Verletzungsgefahr, und du kannst dich am nächsten Tag kaum noch bewegen.“ Es sei einfach zu anstrengend, da die ewige Kniebeuge, die man auch noch ausbalancieren müsse, die Muskulatur wesentlich stärker beanspruche als

In fünfzig statt in zehn Minuten ist die erste Abfahrt geschafft. Slowmotion in hektischen Zeiten, so hat man länger was vom Skifahren. Die schwarze Piste haben wir heute links liegenlassen, die mittelschweren roten waren schon steil genug, zumindest für den Anfang.

Entspannter geht es zum Trübsee hinunter, während Asiaten und Inder mit der „Rotair“, der ersten sich um sich selbst drehenden Seilbahnkabine der Welt, hinauf zum Gipfel schweben. Der Kleine Titlis, oder besser seine Ausflugsplattform, ist eines ihrer Europareisen-Highlights. Besonders für die Inder, weil der Berg in bekannten Bollywoodfilmen als Panorama diene. Als i-Tüpfelchen ihrer Reise lassen sie sich dort in Trachten fotografieren. Und die Chinesen zieht es hinauf, weil oben unweit des Wendenhorns ein Buddha sitzt – ein Fels in Buddhaform. Ein beruhrender und zugleich erhabener Anblick, auch aus der Ferne, auch für Nichtbuddhisten. Dem chinesischen Turner Donghua Li, der ihn während seiner Wettkampfvorbereitungen zwischen den umliegenden Berggipfeln entdeckte, soll der Buddha im Sommer darauf bei den Olympischen Spielen 1996 in Atlanta zu Gold verholfen haben.

Die Freerider stürzen sich ins Gelände. Harmloser ist das Telemarkfahren dann schon, zumindest auf der Piste. Noch be-